



# 令和8年3月分特別支援学校給食献立表



3月は、卒業を祝う献立を取り入れ、楽しく食べることができるようになっています。  
また、桃の節句にちなんだ献立を取り入れ、子供の健康や成長を願う風習を知らせます。



日	曜	普通食		そしゃく食	段階食(押しつぶし食・嚥下食Ⅱ・嚥下食Ⅰ)
		こんだて	ざいりょう	こんだて	こんだて
2	月	ちらしずし(きざみのり) ぎゅうにゅう なばなしんじょのすましじる くだものゼリー(ピーチ)	★ごはん ☆ぎゅうにゅう けいにく あぶらあげ たまご きざみのり にんじん ほししいたけ さとう あぶら さかなすりみ とうふ ★わかめ ☆なばな はくさい しろねぎ こむぎこ ふ ももゼリー	たまごのなんばん ぎゅうにゅう ちらしずし(きざみのり) なばなしんじょのすましじる くだものゼリー(ピーチ)	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ちらしずし なばなしんじょのすましじる ピーチゼリー
4	水	パン ぎゅうにゅう りんごジャム チリコンカン アーモンドサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう りんごジャム ぶたひきにく だいず トマト(かん) たまねぎ あかいんげんまめ でんぷん あぶら にんじん ★キャベツ ローストアーモンド	パン ぎゅうにゅう りんごジャム チリコンカン アーモンドサラダ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー りんごジャム チリコンカン アーモンドサラダ
5	木	ナゲットカレー ぎゅうにゅう ヨーグルトサラダ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぎゅうにく チキンナゲット にんじん たまねぎ りんご グリンピース こむぎこ さとう あぶら マーガリン はっこうにゅう みかん(シロップづけ) おとう(シロップづけ)	なんばん ぎゅうにゅう ナゲットカレー ヨーグルトサラダ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ビーフカレー ヨーグルトサラダ
6	金	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ハンバーグのてりやきソース フライドポテト はるキャベツのミルクスープ	パン ☆ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ハンバーグ さとう でんぷん じゃがいも あぶら だっしふんにゅう にんじん ★キャベツ たまねぎ しろはなまめ しろいんげんまめ	パン ぎゅうにゅう あまおういちごジャム ハンバーグのてりやきソース フライドポテト はるキャベツのミルクスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー あまおういちごジャム(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) ビーフムース てりやきソース マッシュポテト はるキャベツのミルクスープ
9	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそいため ざくざくじる はくとうコンポート	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたにく みそ にんじん しょうが たまねぎ さとう でんぷん あぶら けいにく あつあげ ★だいこん ごぼう ほししいたけ さといも はくとうコンポート	なんばん ぎゅうにゅう ミートボールのみそいため ざくざくじる はくとうコンポート	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー ミートムース みそあん ざくざくじる はくとうコンポート
10	火	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ヤンニョムレバー ブロッコリー はるさめスープ	パン ☆ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト とりレバー はちみつ ★ブロッコリー にんじん ★こまつな たまねぎ きくらげ はるさめ	パン ぎゅうにゅう チョコアンドホワイト ヤンニョムレバー ブロッコリー はるさめスープ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー チョコアンドホワイト ヤンニョムレバー ブロッコリー ちゅうかスープ
11	水	ごはん ぎゅうにゅう なっとう(かつおぶし) にくとじゃがいものふくめに ひじきとにんじんの ごまドレッシングあえ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう なっとう かつおぶし ぎゅうにく にんじん たまねぎ いとこんにやく じゃがいも さんおんどう あぶら まぐろスープに ひじき さとう ごま	なんばん ぎゅうにゅう ひきわりなっとう(かつおぶし) にくとじゃがいものふくめに ひじきとにんじんのごまドレッシングあえ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー くるまめ にくとじゃがいものふくめに ひじきとにんじんのごまドレッシングあえ

※【主 食】嚥下食Ⅰ…かゆ・パンがゆとも「栄養補助ゼリー」になります。  
嚥下食Ⅱ…かゆのみ「栄養補助ゼリー」になります。

★=市内産の食材 ☆=県内産の食材



### 【保護者の皆様へ】

- ※ はしは、毎日持参しましょう。はしとはしばこはよく洗い、いつも清潔にしておきましょう。
- ※ 北九州市の学校給食では、地場産物の活用に取り組んでいます。天候等により、他の産地になることもありますのでご了承ください。
- ※ 生活習慣病予防のため、うす味にしています。健康を考え、塩分のとりすぎに注意しましょう。

～ みんなで食育をすすめましょう ～

日	曜	普通食		そしやく食	段階食(押しつぶし食・嚥下食Ⅱ・嚥下食Ⅰ)
		こんだて	ざいりょう	こんだて	こんだて
12	木	パン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう ミックスジャム しろみざかなのフライ 〈ちゅうのうソース〉 じゃがいもとアスパラチーズやき とうにゅうスープ	☆パン ☆ぎゅうにゅう ミックスジャム ホキフライ あぶら クッキングチーズ ☆グリーンアスパラガス じゃがいも ノンエッグマヨネーズ みそ とうにゅう にんじん たまねぎ ★キャベツ あかいんげんまめ	パン(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう ミックスジャム しろみざかなのフライ 〈ちゅうのうソース〉 じゃがいもとアスパラチーズに とうにゅうスープ	パンがゆ(けんさんこむぎこ) ぎゅうにゅう おちゃゼリー ミックスジャム(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) しろみざかなのムース ケチャップソース じゃがいものサラダ とうにゅうスープ
13	金	さけのさんしょくごはん(きぎみのり) ぎゅうにゅう ぶたじる クリームヨーグルトバナナ  	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さけフレーク たまご きぎみのり さとう ごま あぶら ぶたにく とうふ みそ にんじん ★だいこん はくさい しろねぎ クリームヨーグルトバナナ	たまごのなんばん ぎゅうにゅう さけのさんしょくごはん(きぎみのり) ぶたじる クリームヨーグルトバナナ	たまごのおかゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー さけのムース ごまあん ぶたじる ヨーグルト
16	月	ちいさいパン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ミートソーススパゲッティ ツナサラダ	パン ☆ぎゅうにゅう ソフトチーズ あいびきにく にんじん トマトピューレ たまねぎ グリンピース スパゲッティ さとう でんぷん あぶら まぐろあぶらづけ ★キャベツ	ちいさいパン ぎゅうにゅう ソフトチーズ ミートソーススパゲッティ ツナサラダ	パンがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー はちみつ ミートソーススパゲッティ フィッシュサラダ
18	水	ごはん ぎゅうにゅう ザ・マーボーどうふ キャベツとにんじんの さっぱりいため とうにゅうパンナコッタ	★ごはん ☆ぎゅうにゅう ぶたひきにく どうふ、しょうが たまねぎ しろねぎ きくらげ さとう でんぷん あぶら ごまあぶら にんじん ★キャベツ とうにゅうパンナコッタ	なんばん ぎゅうにゅう ザ・マーボーどうふ キャベツとにんじんの さっぱりいため とうにゅうパンナコッタ	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー マーボーどうふ キャベツとにんじんのさっぱりいため バナナムース
19	木	ごはん ぎゅうにゅう さばのじんだに いそかあえ むらくもじる	★ごはん ☆ぎゅうにゅう さば しょうが さんおんどう きぎみのり ★キャベツ けいにく たまご にんじん ★こまつな たまねぎ でんぷん	なんばん ぎゅうにゅう さばのじんだに いそかあえ むらくもじる	かゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー いわしのムース みそあん いそかあえ むらくもじる
23	月	くろぎとうパン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード にくだんごのクリームに 〈ショットブラール〉 じゃがいものソテー キャベツのスープ 〈コールソッパ〉 ブルーベリーゼリー	くろぎとうパン ☆ぎゅうにゅう オレンジマーマレード ミートボール バジル たまねぎ でんぷん マーガリン じゃがいも あぶら にんじん ★キャベツ ブルーベリーゼリー	くろぎとうパン ぎゅうにゅう オレンジマーマレード にくだんごのクリームに 〈ショットブラール〉 じゃがいものソテー キャベツのスープ〈コールソッパ〉 ブルーベリーゼリー	くろぎとうぱんがゆ ぎゅうにゅう おちゃゼリー オレンジマーマレード(押・Ⅱ) あんずジャム(Ⅰ) ミートムース クリームソース じゃがいものソテー キャベツのスープ

		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB <sub>1</sub> mg	ビタミンB <sub>2</sub> mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g	
月平均	小倉総合(肢体部)・八幡西 普通食	小学部	535 (520)	21.1 (16.9~26.3)	17.9 (11.6~17.3)	338 (280)	77 (40)	2.3 (2.4)	254 (160)	0.40 (0.30)	0.52 (0.30)	24 (20)	4.2 (3.6以上)	1.7 (1.6未満)
		中学部	662 (660)	25.9 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	367 (360)	95 (96)	3.1 (3.6)	375 (240)	0.51 (0.40)	0.62 (0.50)	33 (28)	5.9 (5.6以上)	2.2 (2.0未満)
		高等部	662 (660)	25.9 (21.5~33.0)	21.6 (14.7~22.0)	367 (290)	95 (104)	3.1 (3.2)	375 (250)	0.51 (0.40)	0.62 (0.50)	33 (28)	5.9 (6.0以上)	2.2 (2.0未満)
	押しつぶし食	小学部	352 (350)	16.5 (15.8)	16.2 (15.5)	232 (-)	40 (-)	0.9 (-)	178 (-)	0.15 (-)	0.37 (-)	18 (-)	2.1 (-)	1.4 (-)
		中高等部	452 (450)	20.5 (20.3)	21.1 (20.0)	270 (-)	52 (-)	1.2 (-)	249 (-)	0.19 (-)	0.46 (-)	22 (-)	3.0 (-)	1.9 (-)
		嚥下食Ⅱ	352 (350)	16.5 (15.8)	17.1 (15.5)	277 (-)	42 (-)	1.2 (-)	189 (-)	0.20 (-)	0.43 (-)	22 (-)	2.1 (-)	1.3 (-)
嚥下食Ⅰ	300 (300)	14.1 (13.5)	13.6 (13.3)	256 (-)	35 (-)	1.4 (-)	149 (-)	0.20 (-)	0.37 (-)	22 (-)	1.5 (-)	1.0 (-)		

## 【公式】北九州市学校給食Instagram ぜひご覧ください!!

毎日の給食の献立や、給食室での調理の様子等、給食に関する情報を幅広く紹介しています。

いつも、たくさんの「いいね!」や、温かいコメントをありがとうございます。



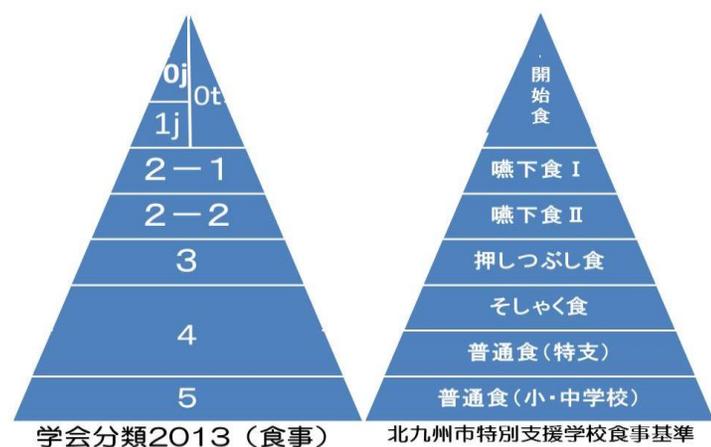
# 特別支援学校の食事紹介

児童生徒へ、より安全で美味しい給食を提供するため、肢体不自由特別支援学校で「別調理」による段階食が始まって20年近くになります。平成28年度2学期からは、すりつぶし機能を獲得するための「そしゃく食」が市内の特別支援学校（北九州中央高等学園を除く）で開始され、食べる機能の発達を視点にした食事が全国に先駆けて完成しました。

肢体不自由特別支援学校では、開始食・嚥下食Ⅰ・嚥下食Ⅱ・押しつぶし食・そしゃく食・普通食(自食のための)の6段階、知的では、普通食(自食のための)に加えて、そしゃく食が追加されました。

食事内容は、日本摂食嚥下リハビリテーション学会策定の「学会嚥下調整食分類2013」を基に考えたものです。(右図参照)

この食事は、児童生徒が ①美味しく安全（誤嚥や窒息を防ぐ）に食べられる ②栄養がしっかり摂取できる ③食べる機能を維持・向上するための教材としても、段階的に活用できるようになっています。



		
普通食	そしゃく食	押しつぶし食
		嚥下食Ⅰのおかずを 状態に合わせて少量
嚥下食Ⅱ	嚥下食Ⅰ	開始食

これからもご家庭と連携しながら、食べる楽しさにつながる食事づくりや食事の支援を通して、食が豊かな生活の一助になればと考えています。ご意見やご感想に加え、お困りのことなどがありましたら、ご遠慮なく学校までお知らせください。